

「健診が大事なのは分かったけど…まあ受けてもえいか」という、そんなあなたにぜひ読んでもらいたい!

Q & A 特定健診

Q まだ、40歳になつていないけど、健診を受ける機会はないの?

A 香南市では、20〜39歳までの方も無料で受診できます。加入している保険に関係なく受診することができますので、若い内から健康管理をしっかりしていきましょう。また、40歳以上の生活保護を受けられている方も受診できますので、健康対策課へお申し込みください。

Q 治療中で、検査もしてるし、必要ないんじゃないかな?

A 今年から特定健診も無料になりました。同じ検査をされているなら、その分を無料で受けることもできます。まずは、かかりつけのお医者さまにご相談ください。

Q 健診を受けたけれど、子どもを見てくれる人がいなくて…

A 託児つき健診においでください。健診の間、子どもさんをお預かりします。予約が必要です。詳しくは健康対策課まで。

■実施日：8月31日(金)
■場所：のいちふれあいセンター

Q 忙しいから平日は無理なんだけど…

A 今年は9月9日の日曜日に健診を実施します。平日は忙しいという方は、ぜひおいでください。予約が必要です。詳しくは健康対策課まで。

検査項目 ①〜⑥の流れで実施します。

- ①尿検査(尿たんぱく・尿糖)
- ②身体計測(身長・体重・腹囲)
- ③血圧測定
- ④問診
- ⑤診察
- ⑥血液検査(脂質・肝機能・血糖・腎機能)
中性脂肪・HDLコレステロール
LDLコレステロール・ヘモグロビンA1c
尿酸※1・AST(GOT)・ALT(GPT)
γ-GT(γ-GTP)・クレアチニン※1
- ⑦歯科指導※2
- ⑧家庭血圧測定指導※2

◆医師が必要と判断した場合は、「貧血検査」「心電図検査」「眼底検査」が検査項目に追加されます。

※1…高知県独自の追加検査
※2…香南市独自で実施(希望者のみ)

受診券・保険証・問診票を持ってお越しください。

▶ 特定健診の受診方法は3つ

1 集団健診

6月〜11月まで、市内5カ所で集団健診があります。おおまかな受診場所等の割り振りはありますが、都合のつく日に都合のつく場所での受診が可能!しかも、予約の必要なし。健康状態で心配なことは、その場で保健師に相談できます。集団健診の場所・日程は、5月号広報16ページをご覧ください。

2 医療機関

個別健診のできる委託医療機関など、詳しくはお問い合わせください。また、予約が必要な場合もありますので、必ず事前に医療機関に確認をしてください。

3 人間ドック

人間ドックを予定されている方は、特定健診の受診券を持って行けば特定健診分の検査費用を国保が負担するので、ドックにかかる費用が安くなります。今年は約5,700円の割引でお得です。

健診結果の送付・解説

健診結果は、受診後1カ月前後でご自宅に届きます。

表面は各項目について、わかりやすくお天気マークで示されています。

【表面】

【裏面(一部掲載)】

検査項目	身長	体重	BMI		BMI		BMI	
			男性	女性	20〜24歳	25〜29歳	30〜34歳	35〜39歳
異常なし	***	***	18.5	16.5	18.5	18.5	18.5	18.5
要経過観察	***	***	18.5	16.5	18.5	18.5	18.5	18.5
要経過観察	***	***	18.5	16.5	18.5	18.5	18.5	18.5
要経過観察	***	***	18.5	16.5	18.5	18.5	18.5	18.5

がん検診 のススメ

目的 自覚症状のないうちからの早期発見により、適切な治療を行うことで、がんによる死亡リスクを減らすことにあります。検診を定期的に受けることが、がんの早期発見の近道になります。

集団検診でのがん検診は無料

がん検診の受診率向上と、市民の皆さまの健康に対する意識の向上、将来の健康への投資として、23年度から3年間、がん検診(集団検診のみ)の自己負担は無料です。市に在住の方であれば、どなたでも受診できます。日程など、詳しいことは健康対策課にお問い合わせください。

健康意識の高揚

市民の皆さまの健康意識の高まりや、無料化により、23年度は22年度に比べ、いずれの検診においても、受診者数・受診率が向上しました。

休日にはお得なセット検診

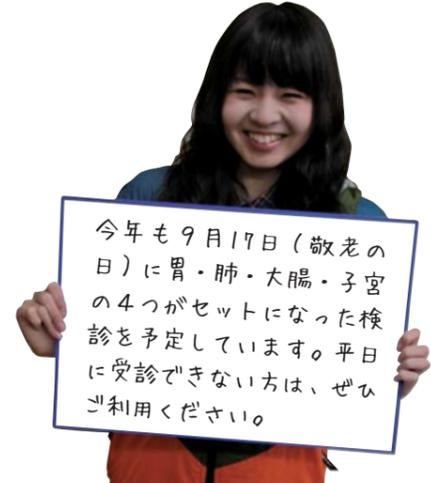
利便性向上のため、休日にセットで受診できる日があります。

■実施日：9月17日(月・祝)
■場所：のいちふれあいセンター
■検診項目：胃・肺・大腸・子宮がん
■申込み：健康対策課 ☎57-7516

要予約

市で実施しているがん検診(集団検診)

種類	検査項目	対象者	受診間隔	検診料金(円)	自己負担額	
					22年度まで	23〜25年度
結核・肺がん	胸部エックス線検査	40歳以上の男女	年1回	1,260円	200円	無料
胃がん	問診・胃部エックス線検査			4,513円	900円	
大腸がん	便潜血検査(スティック2日法)	20歳以上の女性	2年に1回	1,614円	500円	300円
子宮がん	問診・視診・子宮頸部の細胞診検査			3,024円	900円	
乳がん	問診・マンモグラフィ(乳房のエックス線検査)	40歳以上の女性	2年に1回	4,400円	900円	無料
前立腺がん	PSA検査(血液検査)	50歳以上の男性		600円	600円	



健康・栄養相談

■問い合わせ 健康対策課 ☎57-7516

健診結果について不明な点や心配なことがありましたら、健康・栄養相談をご利用ください。(健診ファイルをお渡しします。保存してご活用ください)

★日程：6月18日(月) 7月9日(月) 8月20日(月) 9月24日(月) 10月15日(月)
11月26日(月) 12月17日(月) 25年 1月21日(月) 2月18日(月) 3月18日(月)

★時間：9:00〜12:00 13:30〜16:30 ※1人1時間

★場所：赤岡保健センター

★スタッフ：健康対策課 栄養士・保健師

★申込み方法：前週の金曜日の午前中までに、電話で申し込んでください。



生活習慣病予防について教室もあります。健診時希望の方には案内を送付します。一緒にスリムな体を目指しましょう!!